

为什么炒股后心情很紧张~玩股票的心态，求解！-股识吧

一、我发现炒股之后干什么都没心思

别太关注涨跌，你买的股票能保证涨就好了，你其他活不做，股票一跌你吃什么

二、为什么炒股的人 不管亏损还是盈利都最焦虑

人对于损失的感受非常强烈，在股票亏损的时候就很容易焦虑。股票的波动变化很大，不容易捉摸，即使处于盈利状态，也不知道下一分钟会不会变成亏损状态，对于可能存在的亏损状态的担心，使得炒股的人很焦虑。如果在盈利状态下立即出场，又不希望出场之后股票继续上涨，错过一大波利润，感觉就像是遭受损失一下。所以，炒股的人无论是亏损还是盈利，都可能会焦虑。

三、为什么一买进股票就恐惧，一下跌就害怕的要命

心态好的前提是自己选股正确，而选股正确的前提又是眼光技术好。如果这两者都谈不上的话，那么心态确实很难好了，因为心态也是建立在信心上的，没有信心何来的好的心态。当然，买进股票后只要对自己的眼光有信心，那么自然就不存在恐惧的问题了。股价下跌，如果选的股确实是好股的话，那么就应该认为这只是上涨途中的正常调整而已，这样想也就不怕了。所有的前提都是一个，对自己选股的信心。

四、玩股票的心态，求解！

你的问题很多老股民在操作股票的前期都出现过，就拿我自己来说吧，在刚进入股票市场的1—3年内，和你一样，经常胡乱短线操作，任何人的话都听不进去。亏多赢少。

这或许是一个新股民必须经历的、一个痛苦的阶段吧。
我做股票已经十多年，目前已经完全改变了初期的做法，我抛弃了短线操作，只做长线，然而年收益率却大幅提高。
我相信“短线是废铁、长线是钻石”。
所以面对股市的短线涨跌好不心动，在选好优秀股票之后才全仓买进，然后耐心等待其涨至我自己设定的目标位，然后获利了结。
我做股票十多年，总结的成功经验之一就是“良好的心态”。
至于技术分析还是基本分析，都是第二位的事情。
因为股市每时每刻都在上涨下跌，我们不可能准确把握其“牛熊脾气”，与其枉费心机按照“市场的指挥棒”行动，做市场的奴隶，还不如自己以静制动，获取超额利润。

五、最近炒股票，人变的患得患失，情绪很不好。心又太急。睡觉也不太好。我这样的，如何坦然面对呢？谢谢

这位朋友 您好！上面几位朋友说的都很有道理。
股市有风险啊，投入的金额一定不要超过自己的心理承受范围。
投入后，不要贪，每年收入比银行利息稍高就行，不要有一夜暴富、一年暴富的想法，因为那些只是天方夜谭。
把它当做一种乐趣，涨了，哈哈几句；
跌了，嘿嘿几声。
不要听取任何专家的话，一年做一波。
每年进股市的时间是所有人不看好的时候，出股市的时间是所有人看好股市的时间。
祝好~！上海神光心理咨询中心--彭瑞林

参考文档

[下载：为什么炒股后心情很紧张.pdf](#)
[《一般开盘多久可以买股票》](#)
[《股票停牌多久下市》](#)
[下载：为什么炒股后心情很紧张.doc](#)
[更多关于《为什么炒股后心情很紧张》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/article/60044009.html>